

こうほう



こなん

にほんご ばん
やさしい 日本語 版

ねん
2020年

がつ ごう
6月 号



こんげつ ひょうし だい だい しちょう いずみ たんじょう
今月の表紙 第10代こにゃん市長「白水」誕生!

こなんし
湖南市 ホームページ も みて ください: <https://www.city.shiga-konan.lg.jp/>

とくべつていがくきゅうふきん しんせい お
特別定額給付金の 申請は 終わりましたか

しんせい がつ にち もくようび
申請は 8月6日（木曜日）まで です。

かね あなたが 決めた 銀行口座に 入ります。

つうちょう
通帳には コナンシトクベツテイガクキュウフキンと 書かれます。

かね ひと
■お金 が もらえる 人

ねん がつ にち こなんし じゅうみんきほんだいちょう きろく ひと
2020年4月27日に 湖南省の 住民基本台帳に 記録されている 人

きんがく
■金額

ひとり 100,000円

かね せたいぬし が まとめて 受け取ります。

もっと 詳しく 知りたい 人は、総務省の ホームページか 湖南省の ホームページを 見てください。
い。



そうむしょう
総務省ホームページ



こなんし
湖南省ホームページ

こなんし
湖南省コールセンター

TEL : 090-6754-8380

へいじつ
平日のみ 9:00 から 17:00

ねん がつ にち
(2020年8月6日まで)

げつようび すいようび きんようび ご つうやく
※月曜日・水曜日・金曜日は ポルトガル語の 通訳が できます。

ちゅうい
※サギに 注意してください。

ATMでの 操作や 手数料の 振込を お願いすることは 絶対に ありません。

おかしな 電話が あれば すぐに 警察に 電話してください。



共食（誰かと一緒に食事をすること）にはどんないいことがあるの？

6月は食育月間！毎月19日は食育の日！



誰かと一緒に食事をすると健康につながります！

食育推進キャラクター「湖なすちゃん」

誰かと一緒に食事をすると、インスタント食品やファーストフードを食べることが少なくなってバランスの良い食生活になります。起きる時間・寝る時間が早くなるなど生活のリズムにも良いことが分かっています。

●乳幼児

ご飯やお肉、野菜をそろえてバランスよく食べている
決められた時間に食事をしている

●中学生

心が健康
色々な食品を食べて、朝ごはんを抜かない

●お年寄り

ストレスがない、健康だと思える
色々な食品を食べて、朝ごはんを抜かない

●小学生

朝に疲れていない、自分は健康だと思える
朝ごはんを抜かない
よく眠る
ご飯やお肉、野菜をそろえてバランスよく食べている

●大人

ストレスがない、健康だと思える
朝ごはんを抜かない

（農林水産省「食育」ってどんないいことがあるの？～エビデンス（根拠）に基づいて分かったこと～統合版より）

問い合わせ先 健康政策課〔保健センター〕

TEL: 0748-72-4008 FAX: 0748-72-1481

児童手当 現況届を出してください

児童手当を受けている人の2019年の所得や子どもを育てている状況などを確認します。手当を受けることができるかどうかを調べます。対象の人には、用紙（現況届）を送っています。必要な書類とあわせて、6月30日（火曜日）までに子ども政策課に出してください。

現況届を出さない場合、6月分からの手当を受けることができません。

問い合わせ先 子ども政策課〔東庁舎〕

TEL: 0748-69-6123 FAX: 0748-72-3788

税金は期限内に納付を！

- ・ 納税通知と納付書を送ります。
(今年の税金の値段が書いた紙と税金を払うための紙です。届いたら、必ず書いてある日までに払ってください。)
- ・ 銀行の口座振替や Pay Bでも払えます。
- ・ 前の年の市の税金を払っていない場合は「差押え」ます。
- ・ 「差押え」になると、自分の家や土地を売る事ができません。銀行からお金を出す事もできません。
- ・ 払えない時は市役所に相談に来てください。

問い合わせ先 収納課〔東庁舎〕

TEL: 0748-71-2320 FAX: 0748-72-2460

ほけんりょう ぜい つうちしょ おく
保険料(税)の通知書を送ります

がつちゅうじゆん つぎ つうちしょ おく ねんきんてん び こうざ ひ お ひと
6月中旬に 次の 通知書を送ります。年金天引きや 口座引き落としが できない 人には
のうふしよ はい のうきげん おさ べんり こうざふりかえ りよう
納付書が 入っています。納期限までに 納めてください。便利な 口座振替も ご利用ください。
くわ ふうとう はい しょうるい
詳しくは 封筒に 入っている 書類を みてください。

こくみんけんこうほけんぜいのうぜいつうちしょ
○国民健康保険税納税通知書

と あ さき ぜいむか ひがしちょうしゃ
問い合わせ先 税務課〔東庁舎〕

TEL : 0748-71-2319 FAX : 0748-72-2460

かいごほけんりょうのうにゅうつうちしょ
○介護保険料納入通知書

と あ さき こうれいふくしか ほけん
問い合わせ先 高齢福祉課〔保健センター〕

TEL : 0748-71-2356 FAX : 0748-72-1481

こうきこうれいしゃいりょうほけんりょうがく けつていつうちしょ がつちゅうじゆん おく
※後期高齢者医療保険料額 決定通知書は、7月中旬に 送ります。

こくみんけんこうほけんぜい けいげんせいど
国民健康保険税の 軽減制度が あります

はたら かいしゃ つごう しごと ひと あ ひと てつづき
働いていた 会社の 都合で 仕事を やめた 人で、①と②に 当てはまる 人は、 手続を してく
ださい。国民健康保険税が 安く できます。

こようほけん しつぎょうきゆうふ う こようほけんじゆきゆうしかくしゃしょう りしよくりゆう
① 雇用保険の「失業 給付」を受けていて、「雇用保険受給 資格者証」の「 離職理由コー
ド」が 11、12、21、22、23、31、32、33、34 の 番号の 人

しごと とき ねんれい さい した ひと
② 仕事を やめた 時の 年齢が 65 歳より 下の 人

ほうほう
■ 方法 (どうすれば いい)

こようほけんじゆきゆうしかくしゃしょう いんかん も ぜいむか き
「雇用保険受給資格者証」と 印鑑を 持って 税務課へ 来てください。

と い あ さき ぜいむか ひがしちょうしゃ
問合わせ先 税務課〔東庁舎〕

TEL : 0748-71-2319 FAX : 0748-72-2460

まな 学びたい!!そんな あなたを バックアップ

こなん ししょうがくしきんきゅうふせいど 【湖南省奨学資金給付制度】

べんきょう ひと しょうがくきん
勉強を したい 人の ための 奨学金です。

こなん し しょうらい かつやく ひと おうえん
湖南省で 将来 活躍してくれる 人を 応援しています。

■ もらえる 人

こうとうがっこう こうとうせんもんがっこう だいがく せんしゅうがっこう かくしゆがっこう し しょうがくしきんきゅうふじょうれいしこうきそく き
高等学校、高等専門学校、大学、専修学校、各種学校で、市奨学資金給付条例施行規則が 決
めた学校で 勉強している 人

■ 条件

べんきょう ひと ほごしゃ こなんし ねんいじょう す
・ 勉強を したい 人が 保護者が 湖南省に 1年以上 住んでいること

べんきょう ひと せたい ねん しょとく きゅうよしよとくこうじょご がく ごうけい き がく
・ 勉強を したい 人の 世帯の 2019年の 所得（給与所得控除後の額）の 合計が 決められた 額よ
り 少ないこと

べんきょう おも きも がっこう そつぎょう で き
・ 勉強を したいと 思う 気持ちがあり、学校を 卒業 出来ること

ていしゆつ けんしゅうかい さんか
・ レポートなどの 提出や ボランティア・研修会に 参加すること

ほか じょうけん あります。詳しくは 問い合わせください。

と あ さき しょうがいがくしゅうか にしちようしゃ
問い合わせ先 生涯学習課〔西庁舎〕

TEL : 0748-77-6250 FAX : 0478-77-6253

がつ にち じんけんよう ごいんいん ひ 6月1日は 人権擁護委員の日

じんけんようごいん じんけん そうだん でまえきょうしつ じんけん たいせつ し
人権擁護委員は、「人権なんでも相談」や 出前教室など、人権の 大切さを 知ってもらうため
の 活動をしています。人権に ついての 悩みや 心配ごとが あれば 気軽に 相談してください。

がつ じんけん そうだん しんがた えいきょう ちゅうし でんわ
※6月の 人権なんでも相談は 新型コロナウイルスの 影響で中止しました。電話や インターネ
ットで 人権相談を 受け付けています。困った時は、ひとりで 悩まず 相談してください。

じんけんひやくとおぼん
○みんなの人権110番 TEL: 0570-003-110

こ じんけんひやくとおぼん
○子どもの人権110番 TEL: 0120-007-110

じよせい じんけん
○女性の人権ホットライン TEL: 0570-070-810

がいこくごじんけんそうだん
○外国語人権相談ダイヤル TEL: 0570-090-911

じんけんそうだんうけつけまどぐち
○インターネット人権相談受付窓口

<http://www.jinken.go.jp/>

と あ さき じんけんようごか にしちようしゃ
問い合わせ先 人権擁護課〔西庁舎〕
TEL : 0748-77-8512 FAX : 0748-77-4101

おとなの けんしんの 中止について

ちゅうし

6月の けんしんは、新型コロナウイルス感染症の 広がりを 防ぐため 中止します。

代替りの 日程や 秋の日程は これからの 状況をみて、広報こなんなどで お知らせします。

ちゅうし

■中止になる けんしん

特定健診（集団）・・・ 湖南省国民健康保険に 入っている 40歳から 64歳の 人

成人健診 ・・・・19歳から 39歳までの 人

胃がん検診 ・・・・40歳以上の 人

病院での 特定健診、健康診査、肝炎ウイルス検査については 個別の 通知を 見てください。

なお 受診券を送る 時期は 予定より 遅れることがあります。

体調に 不安がある 人は 病院へ 相談してください。保健センターでは ところと身体の

健康相談を 行っていますので ご利用ください。

問い合わせ先 健康政策課〔保健センター〕

TEL: 0748-72-4008 FAX: 0748-72-1481

6月1日から 7日までは 水道週間です

がつ にち

にち

すいどうしゅうかん

水道は 私たちの 生活に 必要なものです。水の 大切さや 使い方を 考えましょう。

日本は 地震がよく 起きます。湖南省では 地震が 起きた 後でも 水が 使えるように 水道管

(パイプ) を 強いものに 替える 工事を していきます。

水道メーターを 交換します

交換が 必要となった 水道メーターを 新しく しています。

メーターを 新しくする 家には 先に 知らせます。交換するために 5分から 10分くらい 水を

止めます。家に 人が いない ときでも 交換します。

交換は、7月から 12月の 間に 行います。わからないことや 気になることが あれば、上下

水道課に 聞いてください。

問い合わせ先 上下水道課〔東庁舎 別棟〕

TEL: 0748-71-2366 FAX: 0748-72-2332

Jアラート訓練をします

さいがい とき くんれんほうそう
災害の時の訓練放送をします。

■いつ 6月17日 (水曜日) 10:00
6月24日 (水曜日) 14:00

と あ さき きき かんり ぼうさいか ひがしちょうしゃ
問い合わせ先 危機管理・防災課〔東庁舎〕

TEL: 0748-71-2311 FAX: 0748-72-2000

今月の納税など

がつ にち かようび はら
6月30日(火曜日)までに払ってください。
い。(口座から引かれる日)

- ・市県民税
- ・国民健康保険税
- ・介護保険料
- ・保育料
- ・住宅使用料
- ・水道料金
- ・下水道使用料

リサイクルプラザ

だ 出ることができないごみがあるので、必ずごみカレンダーを見てください。

6月のカレンダー

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

-  やす 休み
-  この日 空いています
-  そだい と い ひ 粗大ごみを取りに行ける日
-  そだい もうしこみ し き 粗大ごみの申込締め切り
-  でんわ もう こ (電話か FAXで申し込んでください)

■時間 9:00 から 16:00

問い合わせ先 リサイクルプラザ

TEL: 0748-75-3933 FAX: 0748-75-3904

三雲駅南口・北口駐車場 (24時間営業) をご利用ください

自動車駐車の案内

三雲駅の南口・北口に あります。

通勤・通学・お買い物などに 便利です。

利用料

駐車してから 30分以内は 無料

30分以上から 24時間までは 500円、

そのあとは 24時間ごとに 500円かかります。

詳しくは、駐車場の利用案内を

みてください。

駐車場の大きさ

三雲駅南口 9台分

三雲駅北口 6台分

問い合わせ先 都市政策課〔東庁舎〕

TEL: 0748-71-2336 FAX: 0748-72-7964

いろいろな相談ができます

女の人のための 悩み相談

心配なことがあれば相談ができます。女の人
が話をききます。まずは電話をしてくだ
さい。外国語の通訳は いません。

◇いつ

6月4日(木曜日)、18日(木曜日)

7月2日(木曜日)、16日(木曜日)

14:30~16:30(ひとり1時間まで)

◇どこで 石部まちづくりセンター

相談できる人 湖南省に 住んでいる 女

の人、湖南省の 会社で 働いている 女の人

問い合わせ先 人権擁護課〔西庁舎〕

TEL: 0748-77-8512 FAX: 0748-77-4101

住民生活相談

生活の中で困ったことがあれば相談
してください。

問い合わせ先

住民生活相談室〔東庁舎〕

TEL: 0748-71-2370 FAX: 0748-72-3788

行政相談

国の仕事についての困りごとや相談を受けます。外国語の通訳は できません。

◇いつ 6月18日(木曜日) 13:30 から 16:00

◇どこで 社会福祉センター

問い合わせ先 滋賀行政相談センター

TEL: 077-523-1100 FAX: 077-525-1149

高齢者・障がい者のための
無料法律相談

○弁護士 無料相談

6月11日(木曜日) 13:00 から 16:00

○司法書士無料相談

6月25日(木曜日) 13:00 から 16:00

■定員 各相談とも3人(ひとり1時間、
必ず 予約して ください)

※予約は 直接 電話で「ぱんじー」へ。

予約の 時に 相談内容を 聞きます。

問い合わせ先

NPO法人甲賀・湖南成年後見センターぱんじー〔甲南第一地域市民センター〕

TEL: 0748-86-6161 FAX: 0748-86-6199

消費生活相談

契約のトラブルや 借りた お金の 返しか
たで 悩んでいる 人は 相談してください。

◇いつ 月曜日から金曜日(祝日を除く)

9:00 から 15:30

問い合わせ先 消費生活センター〔東庁舎〕

TEL: 0748-71-2360 FAX: 0748-72-3788

6月の図書館からの お知らせ



としよかん 図書館 カレンダー (石部)

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

いしべとしよかん やす
□: 石部図書館の 休み



としよかん 図書館 カレンダー (甲西)

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

こうせい としよかん やす
○: 甲西 図書館の 休み

図書館の利用カードはお持ちですか？

湖南市に住んでいる人、通勤・通学している人が利用できます。作りたいときは、図書館のカウンターにきてください。保険証、免許証、学生証、郵便物など、住所が確認できるものも持ってきてください。利用カードで、石部図書館と甲西図書館、移動図書館車マツゾウくんを利用できます。図書館の利用は無料です。

新しい雑誌が甲西図書館に

はいりました

ar (主婦と生活社)、Mart (光文社)、
&premium (マガジンハウス)、リンネル (宝島社)
VOCE (講談社)、PriPri (世界文化社)、飛ぶ教室
(光村図書出版)、天然生活 (扶桑社)、
Clasism (編集工房xyz)、CasaBRUTUS (マガジンハ
ウス)、メディア展望 (新聞通信調査会)

小さい字の本が読みにくい人

へ 一本を耳で楽しもう

図書館には、耳で聞く資料があります。
ベストセラーや名作、時代小説、落語
などを朗読し、CDやカセットに録音した
ものです。また、電子書籍にも音で聞く
資料があります。

問い合わせ先

甲西図書館 (湖南市 中央 5-50)

TEL: 0748-72-5550 FAX: 0748-72-5554

石部図書館 (湖南市 石部 中央 1-2-3)

TEL: 0748-77-6252 FAX: 0748-77-6232

けんこう なつどう やさい
健康レシピ ~納豆と 野菜の トースト~

あさ た
朝ごはんを 食べましょう

ざいりょう にんぶん
【材料】(2人分)

- しよく まいき まい
食パン(6枚切り)・・・2枚
- あぶら こ
オリーブ油・・・小さじ1
- なつどう つ
納豆(たれ付き)・・・2パック
- こ
オクラ・・・2個
- あか こ
パプリカ(赤)・・・1/4個
- よう
ピザ用チーズ・・・40g



つく かた
【作り方】

- ① 納豆は たれや からしを 入れて 混ぜておく。
- ② オクラは ラップに くるんで、電子レンジで 約40秒 (600W) 加熱し、小口切りにする。
- ③ パプリカは 小さな 薄切りにする。
- ④ パンに オリーブ油を ぬり、その上に ①を のせて 全体に 広げる。さらに、②と③を のせて、最後に ピザ用チーズを のせる。
- ⑤ オーブントースターで 2分から 3分焼く。

えいようか ひとり
【栄養価】(一人あたり)

エネルギー	335kcal
たんぱく質	17.2g
脂質	14.0g
カルシウム	190mg
カリウム	392mg
食塩相当量	1.5g



こうほう にほんごばん と あ さき こなんしやくしよ じんけんようごか にしちようしゃ
広報こなん やさしい日本語版の 問い合わせ先: 湖南省役所 人権擁護課 [西庁舎]

TEL: 0748-77-8512 FAX:0748-77-4101 〒520-3195 湖南省 石部 中央 1-1-1